



〈共通略記号〉

- (対)=対象 (持)=持ち物
 (￥)=費用 (申)=申し込み先
 (定)=定員 (問)=問い合わせ
 (集)=集合 (保)=保育
 (受)=受付 (M)=メニュー
 (主)=主催
 (縮)=申し込み締め切り

- (縮)のないものは申し込み不要です。(保)のないものは保育はありません
 ・午前7時に暴風警報発令時、また危険と判断したときは中止します。
 ・組合員会館・組合員集會室は駐車場がありません。
 ・視覚・聴覚に障がいをお持ちの方は、ガイド・手話ボランティア制度を利用することができます。事前にご連絡ください。

イベント情報

http://www.palcoop.or.jp/blog/chiki/

いきいき昼食会

仁和寺
日時 11月10日(木)11:50~13:30
 (毎月第2木曜日)
場所 仁和寺組合員集會室
 (寝屋川市仁和寺本町3)

- (対) 65歳以上の方
 (￥) 500円
 (M) さつまいも炊き込みごはん、生鮭の
 ケーパーソースムニエル、里芋のア
 ボカド和え、初秋の和え物、きのこの
 豆乳スープ、ハロウィンむしケーキ
 (縮) 11月8日(火)
 (主) いきいき昼食会仁和寺
 ※ボランティアの方を募集しています。
 どなたでも見学におこしくください。

パルちゃん広場ぽかぽか

親と子が、ともに「ホッ！」とできる広場
 をめざします。楽しいおもちゃ・絵本を用
 意して、みなさんの参加を待っています。

- (対) 就学前のお子さんと保護者
 (￥) 1家族1回100円

枚方

日時 11月15日(火)10:30~12:00
場所 枚方組合員会館(枚方市大垣内町3)
 (主) パルちゃん広場ぽかぽか枚方

第5回 くらいいきき福祉フェアあべの

日時 11月17日(木)11:00~15:00
場所 阿倍野組合員会館(阿倍野区阪南町6)

- ~住んでいる地域で元気に楽しく~
 お笑いの「漫語落」、ハンドベル、コー
 ラス、クラブ化粧品、福祉用具・ばるむ展示
 (対) 参加協力券(昼食代込み) 300円
 ※ちらし寿司・吸物・コーヒー・紅茶・
 お菓子。マイ箸を持参ください。
 (問) 福祉事業部
 ☎0120-294-044(月~金 9:00~17:00)
 FAX06-6242-0885
 (主) くらいしたすけあいの会阿倍野支部
 共催 いきいき昼食会阿倍野

常設型子育て広場 パルちゃん広場「すくすく」

親子で1日ゆっくりすごせる「居場所」
 です。時間内なら、いつ来てもいつ帰っ
 てもOKです。いろんなおもちゃがみな
 なを待っています。

11月「すくすく」の開いている日

火曜日	1日	8日	15日	22日	29日
木曜日		10日	17日	24日	

11月生まれのお誕生日会
 は11月17日(木)です

時間 10:00~15:00
 ※事前の申し込みは、いりません
 ※昼食持参可
場所 城東組合員会館3階
 (城東区成育1)

- (対) 就学前のお子さんと保護者
 (￥) 1家族100円
 (主) 子育てサポートステーション

ガイドヘルプ(手引き)学習・講習会

日時 11月8日(火)・11月17日(木)
 10:00~12:00

※但し、2回とも参加できる方
 (過去に受講された方も可能)
場所 つるみ店2階 組合員集會室
 (鶴見区横堤5)

ガイドヘルプは、視覚障がい者に付き添
 って、歩行介助・誘導する方法です。
 学習・講習会では、障がい者の日常を学
 び、アイマスクを付け、歩行・階段の昇
 降・お店での買い物などを体験し、障が
 い者を理解していただきます。
 講師 社会福祉法人 日本ライトハウス
 (保) 1歳以上が対象
 (縮) 11月4日(金)
 (申) (問) 組合員活動事務局
 ☎06-6242-0904 FAX06-6242-0926
 (主) くらいネット「福祉」

表記のないイベントの問い合わせ・申し込み先は
 組合員活動サポートセンター
 ☎0120-299-244 FAX 0120-299-230
 携帯・PHSからは ☎06-4801-7648
 (月曜・土曜 9:00~17:00)
 (火~金曜 9:00~18:00)

被災地支援の正念場
港区 岡部 一三代さん
 東北の方々の笑顔の記事が
 増え、本当に良かったと思
 います。内容も前向きで希望が。
 生協の方々の多方面において
 の支援活動、やはり組織の存
 在感はずいぶんですね。惨事か
 ら早半年が過ぎこれからは正
 念場、頑張ってください。

ハガキまたはeメールで、機関紙
 ばるのタイムに対するご意見、住所、
 氏名(ふりがな)、組合員コードを
 記入してお送りください。クイズ
 が無い号もどうぞ。掲載した方に
 は図書カードをお送りします。

〒534-0024
 大阪市都島区東野田町1-5-26
 おおさかパルコープ
 機関紙ばるのタイム係

■パソコンメールや携帯電話メールで
 の応募は下記のアドレスへ
 paltime@palcoop.or.jp



カメラ機能のある携帯電話
 ならこのQRコードを読み
 取ってアドレス入力



レシピをもっと！
 住吉区 澤山 幸代さん
 もつとコープの商品を使っ
 たレシピを載せて欲しいで
 す。組合員の人はずいぶん小
 さい方が多いと思うので、毎
 日の献立に悩んだり、レパ
 トリーが少ない人は、必ず見
 ると思います。

レシピをもっと！
 住吉区 澤山 幸代さん
 もつとコープの商品を使っ
 たレシピを載せて欲しいで
 す。組合員の人はずいぶん小
 さい方が多いと思うので、毎
 日の献立に悩んだり、レパ
 トリーが少ない人は、必ず見
 ると思います。

商品を購入する
 お役に立てれば

住之江区 林 早苗さん

いつも楽しく読ませていた
 だいています。東日本震災
 の記事を見るたび、胸が痛み
 ますが、被災地の人々に思い
 をはせ、生協を通じて商品を
 購入することで少しでもお役
 に立てればこころがけです。

被災地の方々の
 がんばりに頭が下がる

城東区 北岡 圭子さん

被災地の方々のがんばりに
 は本当に頭が下がります。工
 場などが被災しても、また商
 品をできるかぎり生産して、
 生協に提供してください。

クイズで頭の体操に

東住吉区 大西 さゆりさん

クイズ、久しぶりに苦しみ
 ました。なんとか頭をひねっ
 て絞り出しました。頭の体操
 になりました。

今年もやっぴり鴨鍋セット

交野市 吉川 史子さん

鴨鍋セットが復活しまし
 た。お鍋シーズン前に復活で
 きてよかったと嬉しく思いま
 す。例年お世話になっていま
 す。今年はいつもの思
 いで食べさせていただきます。

組合員たちの声

パルコープでは、組合員のみなさんから寄せられた声を、
 商品や運用の改善にいかすとりくみをしています。

ラ・フランスはリンゴのように
 シャキシャキで食べるのではな
 く、ソフトな舌ざわり、とろけるよ
 うな柔らかさが特徴の果物です。
 企画は11月2回・3回・4回を
 予定しています。

洋梨(ラ・フランス) 冷蔵
 4玉700g前後
 11月2回 398円



おいしく食べていた
 だけなくて申し訳あり
 ませんでした。
 産地やベジタブルセ
 ンターでも熟度の確認
 などをしてしながら出荷して
 いますが、個体差
 があります。お届け時の状態により、組合
 員さんのお宅でも追熟さ
 せるとおいしく召し上が
 っていたかと思ういま
 す。産地おすすめのお
 いしい食べ方のリーフレ
 ット、を商品に添付する
 ようになりましたのでご
 参考にしてください。



商品部農産担当
 亀井さん

「ラ・フランス」の
 食べごろって？

食べごろがわからず、届い
 てすぐ食べることに硬くてご
 ざわで。どんな感じに
 なれば食べごろ
 なのかな？

